

Міністерство освіти і науки України
Житомирський державний університет імені Івана Франка
Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра олімпійського та професійного спорту
Освітньо-кваліфікаційний рівень «Магістр»

ДИПЛОМНА РОБОТА НА ТЕМУ:
**КОНТРОЛЬ ЗА РІВНЕМ ТЕХНІЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ У
НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ГАНДБОЛІСТІВ**

Виконав:
студент VII курсу, 72 групи
заочної форми навчання
спеціальності 8.01020101
«Фізичне виховання*»

Петров Д.В.

Керівник: кандидат наук з фізичного
виховання та спорту, доцент кафедри
олімпійського та професійного спорту
Шаверський В.К.

Рецензент: кандидат наук з фізичного
виховання та спорту, доцент кафедри
теорії і методики спорту Вінницького
державного педагогічного університету
університету ім. М. Коцюбинського
Вознюк Т.В.

Житомир – 2015 рік

ВСТУП

Актуальність. В останні роки українські спортсмени не демонструють високих спортивних результатів на змаганнях світового рівня. В умовах боротьби на міжнародній спортивній арені до гандболістів високих спортивних розрядів ставляться високі вимоги: наявність універсальності і підготовці, високий рівень виконання специфічної ігрової діяльності в команді, фізична підготовка. Удосконалення цих сторін підготовленості є важливим питанням сучасного гандболу.

Нині сформувалася цілісна система знань із проблеми технічної майстерності та формування фізичних якостей спортсменів, що знайшло відображення в фундаментальних працях вітчизняних і закордонних фахівців (Т.Ю. Круцевич, В.С. Кузнецов, А.А. Тер-Ованесян, Ж.К. Холодов, Б.Б. Шиян тощо). Ідеї всебічного гармонійного розвитку дітей та спортсменів, виховання особистості завжди хвилювали передові верстви населення. Деякі вчені (О.М. Коробейніков, А.А. Міхеєв, І.Т. Ніколенко) наочно показали неможливість всебічного розвитку людини тільки за допомогою фізичних вправ. Крім того, поза увагою дослідників залишається питання контролю за рівнем технічної майстерності гандболістів

Мета дослідження – дослідити засоби оцінки технічної майстерності гандболістів.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати літературні джерела з проблеми дослідження та здійснити історичний екскурс у розвиток гандболу.
2. Визначити засоби контролю технічної майстерності та фізичного розвитку гандболістів.
3. Експериментально перевірити використання засобів контролю технічної майстерності на розвиток фізичних якостей.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань використовувалися наступні методи дослідження: аналіз літературних

джерел; педагогічні спостереження; педагогічне тестування; педагогічний експеримент; математично-статистичні методи.

Об'єкт дослідження – технічна майстерність гандболістів.

Предмет дослідження – засоби за допомогою яких контролюється рівень технічної майстерності.

Наукова новизна полягає у тому, що:

- визначено ефективність застосування спеціальних засобів гандболу для контролю технічної майстерності спортсменів-гандболістів на початковому етапі спортивного тренування.

- результати проведених досліджень доповнюють дані науковців Ігнат'євої В.Л., Евтушенко А.Н. про контроль технічної майстерності під час занять з гандболу.

Практичне значення даної роботи полягає в тому, що результати досліджень можуть бути використані у навчально-тренувальному процесі Житомирської ДЮСШ та отримані результати розширюють можливість використання спеціальних засобів гандболу не тільки на секційних заняттях, але й впровадження деяких елементів на уроках фізичної культури в навчальних закладах.

Особистий внесок магістранта полягає в аналізі актуальності та міри вивчення проблеми, формуванні мети та завдань дослідження, обґрунтуванні методів дослідження, проведенні комплексних досліджень. Разом з науковим керівником складена структура роботи та обрані методи дослідження. Самостійно опрацьовано, проаналізовано та узагальнено результати дослідження, сформульовано висновки.

Структура роботи. Магістерська робота виконана на 73 сторінках і складається зі вступу, трьох розділів, загального висновку, списку використаних літературних джерел. Робота ілюстрована 6 таблицями та 11 рисунками. У роботі використані відомості з 81 літературного джерела.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз літературних джерел дозволив встановити, що гандбол – це вид спорту, який привертає увагу своєю доступністю, емоційністю, життєрадісністю, можливістю змінити зміст занять залежно від інтересів, віку, стану та рівня фізичної підготовленості. Слід зазначити, що до основних завдань, які стоять перед гандболом, належать гармонійний фізичний розвиток дитини; формування рухових здібностей: сили, витривалості, швидкості, гнучкості, спритності; підвищення працездатності та рухової активності, виховання правильної постави; покращення психічного стану учнів, нормалізація ваги тіла за рахунок активізації обмінних процесів; підвищення інтересу та потреби до систематичних занять фізичною культурою та спортом, поглиблення рівня знань про активний відпочинок.

На сучасному етапі розвитку гандбол став дуже популярним видом спортивних ігор не тільки в Україні, але й у всьому світі. Гандбол – це вид спорту оздоровчої спрямованості, в якому спортсмени виконують безперервний та високо інтенсивний комплекс вправ із складною координацією.

2. Прирости показників технічної майстерності учнів експериментальної групи вищі відповідних показників учнів контрольної групи. Дані експериментального дослідження показали, що учні експериментальної груп, які займалися упродовж листопада 2014 року – травня 2015 року гандболом тричі на тиждень із використанням вправ за нашою програмою мають значно кращі показники технічної майстерності ніж учні контрольної групи, які упродовж цього ж періоду займалися лише відвідуючи тричі на тиждень заняття з гандболу за звичайною програмою. Крім того, ефективність використання спеціальних засобів гандболу з метою розвитку технічної майстерності учнів середнього шкільного віку підтвердилася результатами тестування фізичної підготовки.

3. Експериментально перевірено вплив спеціальних засобів гандболу на розвиток фізичних якостей та технічної майстерності спортсменів. Всі показники фізичних якостей у віці 10 років демонструють високі темпи приросту, які певною мірою відображають формування структурних і функціональних властивостей організму в онтогенезі.